

Утверждаю



Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

14 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,24	5,46	23,39	164,21	0,46
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,65	0,64	11,31	57,63	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,01	2,20	0,02	19,93	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	8,68	35,83	0,59
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	100	0,79	0,26	11,07	50,62	5,27
Итого			487	7,81	8,56	54,47	328,22	6,32
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,51	2,43	15,02	92,03	2,70
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	140	15,61	15,90	23,29	298,62	0,92
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	35	0,28	0,04	0,60	4,59	1,77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,57	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,12	0,28	13,56	65,27	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	8,39	33,54	0,00
Итого			520	21,54	18,73	67,55	525,62	5,39
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,08	3,52	6,77	76,13	0,76
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,31	2,64	27,64	151,40	0,00
Итого			200	8,39	6,16	34,41	227,53	0,76
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	2,11	11,10	13,64	164,09	8,52
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,70	41,05	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,88	0,18	17,84	75,97	3,53
Итого			397	9,42	16,01	40,48	344,30	12,05
Всего				47,16	49,46	196,91	1 425,67	24,52

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

14 сентября 2026 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,67	5,16	25,03	169,82	0,50
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,92	0,74	13,15	67,02	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,01	2,21	0,02	20,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,14	0,00	7,97	33,14	0,63
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	75	1,13	0,38	15,78	72,12	7,51
Итого			506	8,87	8,49	61,95	362,10	8,64
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,38	3,35	19,91	123,49	3,65
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	15,49	15,97	26,35	310,98	1,04
2012	14	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	0,64	3,17	2,64	42,70	4,86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,10	0,09	7,25	34,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,13	0,28	13,65	65,69	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,11	0,11	15,53	64,23	1,14
Итого			652	22,85	22,97	85,33	641,30	10,69
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,81	4,15	7,97	89,66	0,89
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	5,35	3,48	36,68	199,11	0,00
Итого			250	10,16	7,63	44,65	288,77	0,89
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,00	11,96	18,49	195,10	10,84
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,37	0,11	8,99	42,41	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	220	0,96	0,19	19,31	82,20	3,82
Итого			465	10,44	16,88	47,09	382,90	14,66
Всего				52,32	55,97	239,02	1 675,07	34,88

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.